



## 满亚法师



### 活在当下 就是无量寿

杨伟汉提问：

师父，我曾经在 BBC 电视台看过一部纪录片，里面提到有关生物和时间之间的相互关系。在片中、他们有一项医学研究是和生物的生命长短有关的。他们作出了一个这样的结论：生物的生命长短，是和生命的功用息息相关。比如说；昆虫类活着的功能，就是为了要繁殖下一代。有些昆虫的生命周期只有两个星期，那是因为它们 在两个星期的期限里，就能够成功的繁殖下一代。当它们完成了它们的任务之后，它们的生命已经没有功用了，所以它们就会死去。

我们都知道，其实人类在 20 到 30 岁之间就可以完成传宗接代的任务了。

可是为什么我们的生命还可以继续呢？科学家们发现，人类的生命普遍上可以延续到 70 岁左右，是因为在完成了繁殖的任务之后，人类的生命还有很多的功用。例如：我们还有很多的力量可以继续奉献给我们的下一代、我们的家庭、和我们的社会。正因如此，我们就得以延长了我们的生命。

可是人类对于这些已经得以延续的生命，似乎并不知足。因为我们还在不断的研究如何让我们可以活得更久的方法。现今，科学家们都在如火如荼的对人类基因改造进行研究。而我们对于复制人的最终的目的，也就不过是为了提供延长生命的方法而已。据说最近，科学家们还成功研究出一种可以将人类退休年龄延后到 85 岁的药物。看来人类似乎对秦始皇寻找长生不老药的梦想还未死心，依然乐此不疲的继续追崇。

身为一个佛教徒，对生命的诠释并不在于数量，而是在于质量。时间的长短不是生命素质的主要关键。对于这样的一个现象，师父、您有何看法？您对“长寿”又有怎样的见解？

满亚法师回答：

佛教所谓的“无量寿”，不是指时间很长，而是指没有错过眼前当下的因缘。活在当下就是无量寿。是要跳出过去、现在、和未来的障碍。是全心全意的融入到当前的因缘，“心”和“境”是一体的，自己和别人是同体的，这才是无量寿的涵义。能在当下享有生命，才是永恒的生命，才是一个不生不死的生命。

如果想要体证不死的生命，我们就必须专注生命的每个当下。但是我们现在

所谓的“专注”其实是一种勉强的专注，这样的一种专注其实就表示着我们，仍然是停留 在我们过去的种种执著里。我们可以用“虽生犹死”形容这样的一种生命状态。所以无量寿就是要我们专注的去圆满生命的每个当下。

生命的意义不是在于长短，它的意义是没有错过绝无仅有的每个当下的因缘，每一个接触、每一个融入，都是一心一意的、都是全情投入的。这样的生命才是有意义的！

我并不是想说泄气的话，我们真的只能用谦卑的心来看待所有的研究数据。因为那只是知识性的一种研究结果。那是我们这些凡夫俗子用一个没有觉悟的心，去研究出来的结论，将来很有可能都会被淘汰的！

借多在因缘来训练生命

我们来到这人世间，借着很多的因缘来学习和外界接触，这是我们对生命的训练，训练我们自己不要逃避现前的种种因缘。所以我常说：懂得享受生命的人，就一定可以往生！享受是一种解脱，不是恋眷、不是逃避、更不会上瘾。但是究竟有多少人懂得享受生命的当下呢？遗憾的是，我们绝大部分的人都是在逃避、在眷恋、在醉生梦死！

到底人类的寿命有多长呢？如果要得到一个比较可靠的数据、我们就得要有一个人拥有健康遗传的人选。除了父母健康的遗传之外，还要有健康的自然成长环境，健康的生活作息，健康的饮食料理。用这样的人选去做采样和试验，才能比较准确的判断出人类的生命期限。但是我们并没有这样的人选、这样的遗传、这样的环境、这样的食物，所以如果这个时候、我们要为人类的生命期限、定下一个标准，那么这个标准就会是不究竟圆满的、不准确的。那只是一种很绝对的论点而已。所以我鼓励大家享受接触当下的因缘，如是的怕死、如是的怕眷恋生，就会“生死皆一如”。

至于我们活在这世间，要有什么功用呢？如果我们有奉献的精神，我们或许会想：我们能够为别人做什么？但是我们的功用不是在于，“我们能够为别人做什么？”而是“我们愿意为别人做什么？”因为如果你的出发点不是发自于内心的话，那么你就会觉得辛苦、觉得有压力，以为自己为这个社会做了很多的好事，可是却在不知不觉之中，把心给丢了！这是非常可惜的。因为如果心不能够去享有这个当下的生命，那么就等于没有了功用一样。这就表示，你所做的一切都是自欺欺人的，你只是在欺骗自己而已。你在压抑你自己，你在污染你的心！

我们要知道，我们是要经过多生多世的修行，去断除烦恼，去修心、修行为，才能走向圆满的生命。所以生命的长短不是时间的长短。生命的长短应该是指：你专注了多少？你觉醒了多少？你投入了多少？因为当下就是一个永恒的圆满！

《南洋商报》《满汉诂析》18/06/2006